

Research Paper

The Lived Experiences of Aging in Older Adults: A Phenomenological Study



Leila Sadeghmoghadam¹, *Mahshid Foroughan², Farahnaz Mohammadi Shahboulaghi³, Fazlollah Ahmadi⁴, Shima Nazari⁵, Akram Farhadi⁶, Masoumeh Amiri Delui¹

1. Department of Nursing, Gonabad University of Medical Sciences, Gonabad, Iran.
2. Department of Aging, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.
3. Department of Nursing, University Of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.
4. Department of Nursing, Faculty of Medical Sciences, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran.
5. Department of Nursing, School of Nursing And Midwifery, Tehran University Of Medical Science, Tehran, Iran.
6. Department of Nursing, School of Nursing and Midwifery, Bushehr university of Medical Sciences, Bushehr, Iran.



Citation: Sadeghmoghadam L, Foroughan M, Mohammadi Shahboulaghi F, Ahmadi F, Nazari Sh, Farhadi A, et al. [The Lived Experiences of Aging in Older Adults: A Phenomenological Study (Persian)]. Iranian Journal of Ageing. 2020; 14(4):478-493. <https://doi.org/10.32598/sija.13.10.400>

<https://doi.org/10.32598/sija.13.10.400>



Received: 23 May 2018
Accepted: 03 Sep 2019
Available Online: 01 Jan 2020

Key words:

Phenomenological study, Older adults, Lived experience

ABSTRACT

Objectives Understanding the concept of aging and its experience from the perspective of the elderly people can provide a deeper and more realistic understanding of the phenomenon and their problems and needs. The present study aims to understand and explain the lived experiences of aging in older adults living in Iran.

Methods & Materials This study used hermeneutic phenomenological method to gather data, and Van Manen's method was used for data analysis. Sampling was conducted from June 2014 to August 2015 and continued until new theme were provided. Data were collected through 10 in-depth, semi-structured interviews with older people and then were analyzed for explaining the concept of aging.

Results Seven themes were extracted from the data, including the scent of deterioration, submerging in the turbulence of thoughts, lost dignity, deepened spiritual tendencies, wishing a happy life for others, transcendentalism and keeping possessions. Based on these themes, the concept of aging was explained.

Conclusion Older people's perceptions of aging can provide valuable data to gerontologists and professionals in related health, education and social fields to be used for reducing the existing problems, future planning for the elderly, better communication with this group, and improving aging knowledge the quality of life aged people.

Extended Abstract

1. Introduction

In today's advanced world, socio-economic development has slowed population growth and increased life expectancy in the world, so that the world's elderly population has now grown

more than the population as a whole [1]. By 2050, about 21.7 percent of Iran's population will be elderly [2].

Perception of aging is a measure of each person's satisfaction with his or her own aging and reflects their adaptation to changes associated with aging [5]. Aging self refers to one's understanding of the process of aging in the cultural and social structure in which he or she is

*** Corresponding Author:**

Mahshid Foroughan, PhD.

Address: Department of Aging, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.

Tel: +98 (21) 22180004

E-mail: m_foroughan@yahoo.com

located. In fact, attention to all aspects of understanding, perception, experiencing, evaluating and interpreting the aging process itself falls within this concept [6, 7].

Much of the research on aging self has come from a variety of scientific and expert perspectives, and limited research has examined this concept from the perspective of the elderly themselves [3, 8, 9]. The description given by the elderly about this stage is undoubtedly their own direct experience of this phenomenon, and many authors believe that nurses and members of the health team can better predict the care needed to maintain the health and independence of seniors [8, 10, 11].

This study used Max Van Manen's hermeneutic phenomenology to explore the lived experiences of the elderly about the concept of aging. This approach is used to gain a deeper understanding of the perspectives and experiences [12].

Participants were selected based on purposive sampling. Sampling was carried out from June 93 to August 94 and continued until no new data appeared in the participants' descriptions, and the researcher obtained in-depth and rich data on the phenomenon under study [13].

2. Materials and Methods

Immediately after completing each interview and listening to it several times, the transcripts of the interviews were written on paper and analyzed thematically. In this study, a selective approach was used to extract thematic sentences. In the process of extracting sub-themes and themes, the researcher reviewed each interview several times in order to clarify the themes. After obtaining the sub-themes and themes of each interview, the researcher merged and identified the

sub-themes and main themes of the interviews and described the phenomenon of aging in accordance with van Manen's method [13].

3. Results

In the present study 10 elderly people (five men and five women) with a mean age of 76.9 years participated.

Seven themes were extracted from the findings that included: breathing deterioration fragrance, immersion in vortex of thoughts, lost dignity, deepening of spiritual tendencies, wishing for happiness, transcendentalism, and keeping belongings. Based on these themes and their sub-themes, the concept of the experience of the elderly was explained. The findings are presented in Tables 1 and 2 in the form of the sub-themes and main themes.

4. Conclusion

The experience of aging self depends on the cultural and social context of society in which aging occurs, so it is imperative to understand the phenomenon of aging in different societies [6].

The experience of elderly Iranians about the phenomenon of aging is a unique experience formed by the influence of specific cultural and social factors. The main themes of understanding aging, based on the analysis of the elderly participants in the study, are: «breathing deterioration fragrance, immersion in vortex of thoughts, lost dignity, deepening of spiritual tendencies, wishing for happiness, transcendentalism, and keeping belongings.

Table 1. Demographic characteristics of the elderly participating in the study

No.	Gender	Age (year old)	Marital Status	Occupation	Education	Location
1	Female	92	Widow	Housewife	Reading & writing	Mashhad
2	Male	76	Married	Tailor	Reading & writing	Gonabad
3	Female	83	Married	Retired (shoemaker)	Elementary education	Gonabad
4	Male	76	Married	Shopkeeper	Associate degree	Gonabad
5	Female	85	Widow	Housewife	Elementary education	Gonabad
6	Female	76	Widow	Housewife	Reading & writing	Gonabad
7	Female	76	Widow	Retired	Bachelor	Gonabad
8	Male	65	Married	Retired	PhD. degree	Tehran
9	Female	75	Widow	Housewife	Elementary education	Tehran
10	Male	66	Married	Retired	Associate degree	Gonabad

Table 2. Main themes emerged and their related sub-themes

Main Theme	Sub-Theme
Breathing deterioration fragrance	Lasting suffering slope of aging
Immersion in vortex of thoughts	Mental disturbance rethinking the past
Deepening of spiritual tendencies	Desire for God beneficence
Wishing for happiness	The wish of death with dignity the wish for reputation
Lost dignity	Aging blame deteriorated independence pushed to the sidelines
Transcendentalism	Maturity accepting the reality of existence and death
Keeping belongings	Management of remaining health being more cautious

The theme of "breathing deterioration fragrance" illustrates the conditions that most of the elderly under survey mentioned as their first signs of aging. Although by definition, aging means structural and functional changes that occur over time and are not due to illness or accident [15], however, the elderly in our study identified pain and illness, along with impairments, as the initial features of aging. They mentioned chronic and often unexplained pain or a type of illness that impaired physical and mental capacity (enduring suffering) as well as the decline of physical and mental ability as the onset of aging.

In a Shin et al. (2003) entitled "Study of the Experiences of Aging", the downward spiral theme emerged from the perspective of aging, indicating a gradual change and a decrease in the strength and function of the elderly. Physical changes were also another theme reported in this study that is similar to the themes in the current study [8].

In some studies, aging and disease have been considered equivalent [3, 16, 17] and have shown the association of age-related structural changes with aging as an accepted pattern in the aging experience. The fact that in some of the tools that quantitatively examine perceptions of aging, an important part of the questions point to the presence of pain and illness and impairment of physical and mental ability, confirms this notion [6].

The theme of «Immersion in the Vortex of Thoughts» implies that the elderly are mentally occupied with environmental and family issues and reviewing their past

lives and comparing them to the present. Elderly tendency to internalize emotions and thoughts and mental occupations are issues that can be justified by the theory of social withdrawal (Cummings and Henry). The theory states that elderly relationship with others decreases and at the same time they become emotionally withdrawn and turn to internal feelings and thoughts [18, 19].

Also in Ericsson's theory of psychosocial stages, in the elderly phase, whose primary task is Integrity versus Despair, rethinking about the past is justified in that at this age stage, individuals return to the past and (if they find it valuable and are able to find reconciliation between their pleasures and their regrets, and are able to find a meaning to their lives) they review it to avoid disappointment [19, 20].

Understanding aging from the perspective of the elderly who are the immediate experiencers of this concept describes the meaning and concept of aging and its constituents more explicitly, more fully and transparently.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

This study was approved by the Ethics Committee of Social Welfare and Rehabilitation Sciences University in Tehran. The elderly signed the informed consent form to participate in the study and were excluded if they had withdrawn from the study during or after the interview. The principle of confidentiality of elderly information was fully respected.

Funding

This research did not receive any funding from public, private, and non-profit organizations.

Authors' contributions

All authors have contributed to the preparation of this article.

Conflicts of interest

According to the authors, this article has no conflict of interest.

This Page Intentionally Left Blank

تجارب زیسته سالمندان از پیری: یک مطالعه پدیدشناسی

لیلا صادق مقدم^{۱*}، مهشید فروغان^۲، فرحناز محمدی شاهبلاغی^۳، فضل الله احمدی^۴، شیما نظری^۵، اکرم فرهادی^۶، معصومه امیری دلویی^۱

۱. گروه پرستاری، دانشکده پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی گناباد، گناباد، ایران.

۲. گروه سالمندی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران.

۳. گروه پرستاری، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران.

۴. گروه پرستاری، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.

۵. گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران.

۶. گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی بوشهر، بوشهر، ایران.

حکیده

تاریخ دریافت: ۰۲ خرداد ۱۳۹۷

تاریخ پذیرش: ۱۲ شهریور ۱۳۹۸

تاریخ انتشار: ۱۱ دی ۱۳۹۸

اهداف: درک مفهوم سالمندی و تجربه آن از دیدگاه سالمندان می‌تواند ادراک واقعی و عمیق‌تری از پدیده سالمندی و مسائل و مشکلات و نیازهای سالمندان ارائه دهد. تحقیق حاضر با هدف درک و تبیین تجارب سالمندان از پدیده سالمندی صورت گرفت.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه از روش پدیدشناسی هرمنیوتیک برای جمع‌آوری داده‌ها و از روش ون منن برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. نمونه‌گیری از خرداد ۹۳ تا مرداد ۹۴ تا هنگامی که هیچ داده جدیدی در توصیفات مشارکت‌کنندگان پدیدار نشد ادامه یافت. اطلاعات از طریق ۱۰ مصاحبه عمیق نیمه‌ساختاریافته با سالمندان جمع‌آوری شد. داده‌های به‌دست‌آمده جهت تبیین مفهوم سالمندی مورد تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: هفت مضمون از یافته‌ها استخراج شد که شامل استمقام رایحه زوال، غوطه‌ور در گرداب متلاطم افکار، وقار از دست‌رفته، عمیق شدن گرایشات معنوی، آرزوی عاقبت‌به‌خیری، تعالی‌گرایی و حفظ داشته‌ها بود. بر اساس این مضامین و زیرمضمون‌های آنها، مفهوم تجربه سالمندان از پیری تبیین شد.

نتیجه‌گیری: توصیف و درک سالمندان از پیری می‌تواند داده‌های ارزشمندی را در اختیار سالمندشناسان و کارکنان رشته‌های وابسته در گروه‌های مختلف بهداشتی، آموزشی و اجتماعی قرار دهد تا در جهت کاهش و رفع مشکلات موجود، برنامه‌ریزی آتی برای سالمندان، برقراری ارتباط مناسب‌تر با این گروه و در نهایت ارتقای دانش سالمندشناسی و بهبود کیفیت زندگی سالمندان مورد استفاده قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها:

تجارب زیسته، سالمند، پدیدشناسی

مقدمه

فردی و پیامدهای رفتارهای فرد در دوران میانسالی و سالمندی، شناخت تجربه و درک او از پیری از اهمیت اساسی برخوردار است [۴].

ادراک از پیری معیاری برای رضایت هر فرد از پیری خودش و بازتابی از تطابق فرد با تغییرات مرتبط با پیری است [۵]. درک از پیری به درک فرد از روند پیری خود در ساختار فرهنگی و اجتماعی که در آن قرار دارد، گفته می‌شود. درحقیقت توجه به تمامی جوانب شناخت، درک، تجربه، ارزیابی و تفسیر و شناخت مراحل پیرشدن خود در چارچوب این مفهوم قرار می‌گیرد [۶، ۷].

در دنیای مدرن و پیشرفته امروزی، توسعه اجتماعی و اقتصادی منجر به کاهش رشد جمعیت و افزایش امید به زندگی در جهان شده است؛ به طوری که در حال حاضر رشد جمعیت سالمندان بیش از رشد کل جمعیت جهان شده است [۱]. تا سال ۲۰۵۰ حدود ۲۱/۷ درصد جمعیت ایران را سالمندان تشکیل خواهند داد [۲].

درک افراد از پیری در سطوح مختلف تشکیل‌دهنده این پدیده (زیستی، روانی و اجتماعی) با توجه به نوع ارتباط با افراد در جامعه و تفاوت‌های فرهنگی بسیار متفاوت است [۳]. از سویی دیگر، برای آگاهی از وضعیت سلامتی، احساس خوب‌بودن، هویت

1. Aging self

* نویسنده مسئول:

مهشید فروغان

نشانی: تهران، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، گروه سالمندی.

تلفن: +۹۸ (۲۱) ۲۲۱۸۰۰۰۴

پست الکترونیکی: m_foroughan@yahoo.com

روش اصلی جمع‌آوری داده‌ها، مصاحبه‌های عمیق نیمه‌ساختاریافته بود. سؤال اصلی مصاحبه‌ها بر اساس فلسفه پژوهشی ون منن، مرور مطالعات و نظرات صاحب‌نظران تدوین شد. راهنمای مصاحبه مشتمل بر سؤالاتی بود مانند «وقتی واژه پیری را می‌شنوید چه چیزی به ذهنتان می‌آید؟» و «از اینکه در مرحله سالمندی قرار گرفته‌اید، چه احساسی دارید؟». همچنین از مشارکت‌کنندگان خواسته می‌شد تجربیات خود را در مورد پدیده پیری شرح دهند. هنگامی که صحبت‌های مصاحبه‌شونده از تشریح پدیده مورد بررسی فاصله می‌گرفت، پژوهشگر با طرح یک سؤال توجه او را به پدیده موردنظر جلب می‌کرد، مانند «ممکن است این موضوع را واضح‌تر بیان کنید؟» یا «یک مثال بزنید که متوجه منظور شما بشوم؟». همه مصاحبه‌ها به صورت انفرادی و به خواست چند بار در خود سالمندان در محل زندگی آنان انجام شد. میانگین زمان مصاحبه‌ها ۵۵ دقیقه بود. مصاحبه‌ها با اجازه سالمندان بر روی دستگاه ضبط صوت دیجیتال ضبط شد.

مصاحبه‌ها تا اشباع داده‌ها^۶ که به معنی تکرار داده‌است، ادامه یافت. برای آنالیز داده‌ها از شش مرحله رویکرد پدیدارشناسی تفسیری ون منن استفاده شد. این رویکرد شامل این مراحل است: روی آوردن به ماهیت تجربه زندگی‌شده؛ کنکاش تجربه موردنظر به همان صورتی که زندگی شده؛ تأمل بر درون‌مایه‌های ذاتی مشخص‌کننده پدیده؛ توصیف پدیده با کاربرد هنر نوشتن و بازنویسی؛ حفظ ارتباط قوی و جهت‌دار با پدیده و مطابقت بافت پژوهش با در نظر گرفتن اجزا و کل [۱۲].

تجزیه و تحلیل داده‌ها

بلافاصله پس از اتمام هر مصاحبه و شنیدن چندین باره آن، متن مصاحبه‌ها پیاده و مورد آنالیز مضمونی^۷ قرار گرفت. در این پژوهش برای جداکردن جملات مضمونی از رویکرد انتخابی^۸ استفاده شد. در روند استخراج زیرمضمون‌ها و مضمون‌ها توسط پژوهشگر، هر مصاحبه چندین بار به منظور واضح‌تر شدن مضامین مورد بازبینی قرار گرفت. پس از به دست آوردن زیرمضمون‌ها و مضمون‌های هر مصاحبه، پژوهشگر اقدام به ادغام و شناسایی زیرمضمون‌ها و مضمون‌های اصلی مصاحبه‌ها و توصیف پدیده سالمندی مطابق روش ون منن کرد [۱۳].

در این پژوهش صحت^۹ یافته‌های کیفی بر اساس ملاک‌های اعتبار^{۱۰}، تأییدپذیری^{۱۱}، قابلیت اعتماد^{۱۲} و قابلیت انتقال^{۱۳} مورد

6. Data saturation
7. Thematic Analysis
8. Selective Approach
9. Trustworthiness
10. Credibility
11. Conformability
12. Dependability
13. Transferability

از آنجایی که پدیده سالمندی از ساختار جغرافیایی، بهداشتی، اجتماعی و اقتصادی و تغییرات آن‌ها تأثیر می‌پذیرد، بدیهی است شناخت این پدیده، متناسب با بستر موجود از طریق تحقیق، عرصه جدیدی را در نحوه ارائه خدمات پیشگیرانه و مراقبت‌های بهداشتی اولیه برای سالمندان باز می‌کند.

بیشتر تحقیقات انجام‌شده در زمینه درک از پیری از جوانب مختلف علمی و بر پایه دیدگاه افراد کارشناس در این زمینه بوده و تنها تحقیقات محدودی این مفهوم را از دیدگاه افراد سالمند بررسی کرده‌اند [۹، ۸، ۳]. بدون شک معنایی که خود سالمندان از این مرحله ارائه می‌دهند تجربه مستقیم این پدیده است و بسیاری از مؤلفان معتقدند که پرستاران و اعضای تیم بهداشتی به کمک این روش قادرند مراقبت‌های لازم برای حفظ سلامت و استقلال سالمندان را بهتر پیش‌بینی کنند [۱۱، ۱۰، ۸].

روش مطالعه

در این مطالعه از فنونولوژی هرمنیوتیک^۲ به روش ماکس ون منن^۳ برای کشف تجارب زیسته سالمندان از مفهوم پیری استفاده شد. این رویکرد برای دستیابی به درک عمیق از دیدگاه و تجربیات مورد استفاده قرار می‌گیرد [۱۲].

شرکت‌کنندگان بر اساس روش نمونه‌گیری هدفمند^۴ انتخاب شدند نمونه‌گیری از خرداد ۹۳ تا مرداد ۹۴ و تا هنگامی که هیچ داده جدیدی در توصیفات مشارکت‌کنندگان پدیدار نشد و پژوهشگر به داده‌هایی عمیق و غنی در رابطه با پدیده مورد مطالعه دست پیدا کرد، ادامه یافت [۱۳].

نحوه انتخاب مشارکت‌کنندگان

شرکت‌کنندگان در این پژوهش، واجد ویژگی‌های توانایی تکلم به زبان فارسی، عدم ابتلا به بیماری تأییدشده روانی، نابینایی و ناشنوایی بودند و با استفاده از آزمون کوتاه وضعیت شناختی^۵ از نظر نداشتن اختلالات شناختی نیز مورد بررسی قرار گرفتند. در جریان نمونه‌گیری سعی شد حداکثر تنوع سنی، جنسی، تحصیلی و نیز اجتماعی - اقتصادی مشارکت‌کنندگان در نظر گرفته شود.

پنج سالمند زن و پنج سالمند مرد مورد مصاحبه قرار گرفتند محدوده سنی آنان بین ۶۵-۹۲ سال بود. پنج سالمند، بیوه و بقیه متأهل بودند و به لحاظ تحصیلات از سواد خواندن و نوشتن تا دکترا شامل می‌شدند.

فرآیند مصاحبه

2. Hermeneutic
3. Max Van manen
4. Purposive sampling
5. Abbreviated mental test

سالمند دارد که هرچند این افکار و مرور زندگی گذشته در همه سالمندان شرکت‌کننده در پژوهش وجود داشت، اما با توجه به تجربیات درک‌شده آن‌ها در طول زندگی به طور متفاوتی ابراز شد. دغدغه‌های فکری سالمندان در دو قسمت نگرانی برای دیگران و نگرانی برای خود ابراز شد در ادامه نمونه‌ای از صحبت‌های سالمندان درباره این مضمون آورده شده است.

مشارکت‌کننده ۵، زن ۸۵ ساله: «این فکر و خیال درباره بچه‌ها دیونه‌ام می‌کنه. همه‌اش فکر می‌کنم چی کار می‌کنن، عاقبتشون چی می‌شه».

مقایسه گذشته و حال و داوری زندگی گذشته، از مواردی بود که در تجربه همه سالمندان شرکت‌کننده در پژوهش وجود داشت. در فرایند مرور و بازاندیشی گذشته، سالمندان زندگی خود را مورد قضاوت قرار داده و برخی احساس رضایت و عده‌ای احساس حسرت و پشیمانی داشتند.

مشارکت‌کننده ۱، زن ۹۲ ساله: «همه‌اش فکر می‌کنم گذشته‌ها خیلی بهتر از الان بود همه چی‌اش»

عمیق‌شدن گرایش‌های معنوی

تقریباً تمام سالمندان در بیان تجارب خود به مسائل مرتبط با معنویت اشاره داشتند. آن‌ها بیان کردند که با گرایش به معنویت، در پی دستیابی به رضای خدا و تحمل مشکلات پیری و رسیدن به آرامش هستند. زیر درون‌مایه‌های این مضمون شامل خداجویی و بخشش بود که هرکدام شامل زیرمضمون‌های فرعی‌تری بودند؛ خداجویی با زیرمضمین توکل به خدا و توجه به فرایض مذهبی و بخشش با خیرخواهی برای دیگران و کمک به نیازمندان.

مشارکت‌کننده ۶، زن ۷۶ ساله: «منفعت ما فقط دعاست دعا. به درگاه خدا دعا کنیم برای خودمون عاقبت‌به‌خیری‌مون و همینی که گفتم محتاج خلق نشیم و دعا در حق فرزند، مسلمون‌ها و بندگان خدا».

سالمندان شرکت‌کننده در پژوهش، اعتقاد به احسان‌کردن و امور خیر را به عنوان عاملی دانستند که نتیجه آن به خود و جامعه برمی‌گردد و برخی در اظهارات خود آن را یکی از مشخصه‌های خوب پیری عنوان کردند.

مشارکت‌کننده ۷، زن ۷۶ ساله درباره بخشش (خیرخواهی برای دیگران و کمک به نیازمندان): «من به سالمندا خیلی کمک می‌کنم چه مادی چه جور دیگه، چند بار دیدم بعضی سالمندا تو خیابون سرگردون هستن، راهشون رو گم کردن براشون تاکسی گرفتم اونا رو رسوندم به جایی که می‌خواستن برن، احساس خوبی دارم از کمک به مردم. اصلاً یک توفیقی می‌خواد که بتونی به بنده‌های خدا خدمت کنی».

بررسی قرار گرفت [۱۴]. جهت بررسی اعتبار، یافته‌های این مطالعه به شرکت‌کنندگان ارائه شد و آن‌ها نظرات خود را در مورد هماهنگی یافته‌ها با تجربیات خود به محققان ابراز کردند. همچنین یافته‌های حاصل از مطالعه طی جلساتی به طور مداوم با افراد متخصص و خیره به بحث گذاشته شد و در مواردی بخش‌هایی از متن مصاحبه‌ها به طور جداگانه توسط آنان تحلیل شد. در این مطالعه تلاش شده است تا با حفظ مستندات مربوط به مطالعه به تضمین قابلیت تأیید این پژوهش کمک شود. قابلیت اعتماد با انجام بازبینی توسط سالمندان و تحلیل همکاران انجام شد، برای قابلیت انتقال، پژوهشگر تلاش کرد توضیحات دقیق و کامل از روند تحقیق ارائه کند و نمونه‌ها حداکثر تنوع را داشته باشند.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۱۰ سالمند (پنج مرد و پنج زن) با میانگین سنی ۷۶/۹ سال شرکت کردند.

هفت مضمون از یافته‌ها استخراج شد که شامل استشمام رایحه زوال، غوطه‌ور در گرداب افکار، وقار از دست‌رفته، عمیق‌شدن گرایش‌های معنوی، آرزوی عاقبت‌به‌خیری، تعالی‌گرایی و حفظ داشته‌ها بود. بر اساس این مضامین و زیرمضمون‌های آن‌ها، مفهوم تجربه سالمندان از پیری تبیین شد. یافته‌ها در قالب زیرمضمون‌ها و مضمون‌های اصلی در **جدول شماره ۱ و ۲** آورده شده‌اند.

استشمام رایحه زوال

با دو زیرمضمون رنج پایدار، با مضامین فرعی درد جسمانی و بیماری جسمی و سرایشی پیری با مضامین فرعی‌تر افت توان جسمی و افت توان روانی پدیدار شد. رنج پایدار حکایت از درد و بیماری جسمانی داشت که فرد علاوه بر دیگر تغییرات به‌وجودآمده در پیری متحمل می‌شد و سرایشی پیری به کاهش توان جسمی و روانی فرایند پیرشدن مرتبط بود.

صحبث مشارکت‌کننده شماره ۱۰، مرد ۶۶ ساله در خصوص رنج ماندگار: «از دردهایی که به سراغت می‌آد می‌فهمی پیر شدی چون فرق می‌کنن با درد معمولی مثل سرماخوردگی نیست که بیاد و بره؛ درد پا، درد کمر؛ اینا مداوم و طولانی همراه آدم هست و مجبوریم باهاشون مدارا کنیم». صحبت مشارکت‌کننده شماره ۴، مردی ۷۶ ساله در مورد مضمون سرایشی پیری: «سن که از ۵۰، ۶۰ بالا می‌زنه بدنث ضعیف و سست می‌شه، مریضی می‌آد سراغت. قدرت و توان جوونیت کم می‌شه».

غوطه‌وری در گرداب افکار

این مضمون اشاره به دغدغه‌ها و بازاندیشی خاطرات گذشته

آرزوی عاقبت‌به‌خیری

«مردم آزار باشی، پیر باشی به چه درد می‌خوره. من به وقت می‌بینی از خواب که پا می‌شم تشک و ملافه و پتو همه کثیف شده (ادران)؛ بعد این بچه با این پادردش همه رو برده شسته. به عامه نفرین خودم کردم».

در مضمون رانده شدن به حاشیه، زیرمضمون‌ها حاکی از آن است که سالمندان با درک جلوه‌های مختلف تنهایی و احساس تنهایی و واکنش‌های همراه با آن، یکی از سخت‌ترین احساسات خود را تجربه می‌کنند.

مشارکت‌کننده ۵، زن ۸۵ ساله درباره تنها ماندن:

«می‌دونم، پیر باشی و تنها باشی قوز بالا قوزه. تنهایی خودش آدم رو پیر می‌کنه. همین من بچه نداشتم که پیر شدم؛ از تنها موندن. خیلی سخته شب‌ها و روزها تنهایی تنها».

این احساس مربوط به تنها ماندن سالمند به لحاظ فیزیکی نبود، بلکه خود را تنها حس کردن حتی در میان جمع، از مواردی بود که به آن اشاره شد. مشارکت‌کننده ۱، زن ۹۲ ساله درباره احساس تنهایی:

«از صبح که بچه‌ها سر کارن، بعدشم که می‌رن دنبال کارهای خودشون، با هم حرف می‌زنن، من نگاهشون می‌کنم حوصله حرف زدن با من رو ندارن تنهایی خیلی سخته، دلگیر می‌شی».

تعالی‌گرایی

این مضمون از دو زیرمضمون رشدیافتگی و پذیرش واقعیت هستی و مرگ تشکیل شده است. در مضمون رشدیافتگی سالمندان از احساس پخته‌تر شدن و باتجربه‌تر شدن صحبت کردند و سخنان سالمندان در «پذیرش واقعیت هستی و مرگ» اشاره به حضور مرگ در زندگی و پذیرش و رضایت از پیری داشت. مشارکت‌کننده ۴، مرد ۷۶ ساله:

«وقتی دور هم جمع می‌شیم، آدم حس خوبی داره که بزرگ‌تر به جمعی شده و مورد احترامه، به احساس خوشحالی دارم از این که پدر بزرگ شدم و اونا نوه‌هام هستن از این نظر راضی هستم».

مشارکت‌کننده ۴، مرد ۷۶ ساله، درباره پذیرش واقعیت هستی و مرگ: «مثل کم شدن حساب بانکی‌ای که جایگزینی برایش نداری، انگار شارژت در حال تموم شدن. به آخر خط می‌رسی و ما به مرگ نزدیک‌تر می‌شیم»

حفظ داشته‌ها

بیانات سالمندان در این مورد، با انجام فعالیت‌هایی در جهت حفظ توان جسمی و روحی خود و اقداماتی در جهت مدیریت امور مالی و حفظ علاقه‌مندی‌ها منجر به ظهور این مضمون شد. این مضمون شامل دو زیرمضمون مدیریت سلامت باقی‌مانده و محتاط‌تر شدن است.

یکی دیگر از مضامین مهمی که پدیده پیری را شکل می‌دهد، آرزوی عاقبت‌به‌خیری است که از دو زیرمضمون فرعی آرزوی مرگ با عزت و آرزوی نیک‌نامی تشکیل می‌شود. این مضمون که از بیانات کلیه سالمندان شرکت‌کننده در پژوهش استخراج شد، اشاره به اهمیت حفظ شأن خود تا آخرین لحظه و حتی پس از مردن داشت. نمونه‌ای از بیانات سالمندان در این زمینه آورده شده:

مشارکت‌کننده ۷، زن ۷۶ ساله: «فکر می‌کنم باید با همه مهربون باشم، به همه خوبی کنم که یادم فراموش نشه. زمان هم خیلی زود می‌گذره و تو این مدت کوتاه باید به همه خوبی کنی. می‌گن نام نیکی گر ماند ز آدمی / به کزو ماند سرای زر نگار»

وقار از دست‌رفته

وقار از دست‌رفته مضمون اصلی دیگری بود که با زیرمضمون‌های داغ پیری (دشواری پذیرش زوال پیری و آزرده‌گی از نگاه منفی دیگران به پیری) و استقلال مخدوش‌شده و با مضامین فرعی‌تر (تهدید استقلال فردی و مصائب وابستگی) و رانده شدن به حاشیه (شامل تنها ماندن و احساس تنهایی) پدیدار شد.

عدم احساس کفایت و رضایتمندی از خود به همراه دیدگاه نامناسب اطرافیان در برخورد با سالمند، این احساس را به وجود می‌آورد که پیری به مثابه انگ و داغ، شأن و جایگاه سالمند را در جامعه تهدید و اعتبار گذشته وی را خدشه‌دار می‌کند.

مشارکت‌کننده ۶، زن ۷۶ ساله، در ارتباط با دشواری پذیرش زوال پیری: «شکل و قیافه‌ام رو که داری می‌بینی، از قیافه افتادم. من جوون بودم از پیرها بدم می‌اومد، شاید الان مردم بدشون بیاد باهام حرف بزبن. اگه یکی بیاد خونه‌ام چایی، چیزی نخوره، ناراحت می‌شم. می‌گم از من خوششون نمی‌آد. من الان از راه رفتن خودم خجالت می‌کشم، پاهام کج شده با عصا راه می‌رم. الان به آینه نگاه نمی‌کنم، خجالت می‌کشم که این قدر چروک و زشت شدم».

زیرمضمون دیگر، استقلال مخدوش‌شده بود. همه سالمندان نگران حفظ استقلال خود در شرایط ضعف و ناتوانی پیش‌رونده بودند که با دو زیرمضمون فرعی تهدید استقلال فردی و مصائب وابستگی شکل گرفت:

مشارکت‌کننده ۴، مرد ۷۶ ساله درباره تهدید استقلال فردی: «به نظر من این آرزوی خیلی از سالمندانیه که تا مرگ "دست نگر" کسی نشن و بتونن خودشون کارهاشون رو انجام بدن، ولی من می‌بینم که روزبه‌روز آدم فرق می‌کنه، کند می‌شی. بعضی کارها که اصلاً به چشمت نمی‌اومده حالا به نظرت سخت می‌آن».

مشارکت‌کننده ۱، زن ۹۲ ساله درباره مصائب وابستگی:

کاهش ظرفیت جسمی و روانی می‌شود (رنج ماندگار) همراه با سرایشی توان جسمی و روان، به عنوان طلیعه پیری عنوان شد.

در مطالعه‌ای شین^{۱۴} (۲۰۰۳) با عنوان «مطالعه تجارب پیری» مضمون مارپیچ رو به پایین از منظر پیری پدیدار شده بود که حکایت از تغییرات تدریجی و کاهش توان و عملکرد سالمندان در پیری داشت. همچنین تغییرات بدنی مضمون دیگری بود که در این مطالعه گزارش شد [۸] که مشابه مضامین به‌دست‌آمده در مطالعه کنونی است.

در برخی مطالعات، پیری و بیماری را معادل یکدیگر دانسته‌اند [۱۷، ۱۶، ۳] و همراهی اختلالات با شروع تغییرات ساختاری مربوط به افزایش سن را به عنوان یک الگوی پذیرفته‌شده در تجربه پیری نشان داده‌اند. اینکه در برخی از ابزارهایی که ادراک از پیری را به صورت کمی بررسی می‌کنند، قسمت مهمی از پرسش‌ها به وجود درد و بیماری و کاهش توانایی جسمی و روانی اشاره دارند، تأییدی بر این برداشت است [۶].

مضمون «غوطه‌وری در گرداب افکار» نشان از مشغولیت‌های ذهنی سالمندان پیرامون مسائلی محیطی و خانوادگی و بازبینی زندگی گذشته خود و مقایسه آن با زمان حال دارد. روی آوردن سالمندان به احساسات و افکار درونی و مشغولیت‌های ذهنی از مسائلی است که با توجه به نظریه کناره‌گیری اجتماعی (کامینگز و هنری)^{۱۵} قابل توجیه است. در این نظریه عنوان می‌شود که ارتباط افراد سالمند با دیگران کاهش یافته و در همین زمان از لحاظ هیجانی نیز کناره‌گیر شده و به احساسات و افکار درونی

مشارکت‌کننده ۲، مرد ۷۶ ساله: «اگر مریض بشم هم زحمت برای بچه‌هاست هم ناراحتی‌اش براخودم، برا همین هرچی دکترها بگن و بدونم برام خوبه انجام می‌دم». «خدا روشکر جوری برنامه‌ریزی می‌کنم که محتاج کسی نباشم که بخوانم به چیزی حتی کوچیک برام بخرن».

بحث

تجربه درک از پیری، به زمینه فرهنگی و اجتماعی جامعه‌ای که پیری در آن اتفاق می‌افتد، بستگی دارد. بنابراین این یک ضرورت است که درک از پدیده پیری در جوامع مختلف مورد بررسی قرار گیرد [۶].

تجربه سالمندان ایرانی از پدیده سالمندی، تجربه منحصر به فردی است که تحت تأثیر عوامل فرهنگی و اجتماعی ویژه‌ای ساخته شده و شکل گرفته است. مضامین اصلی درک از پیری، بر اساس تجزیه و تحلیل گفته‌های سالمندان شرکت‌کننده در مطالعه، «استشمام رایحه زوال، غوطه‌ور در گرداب افکار، عمیق‌شدن گرایشات معنوی، آرزوی عاقبت‌به‌خیری، وقار از دست‌رفته، تعالی‌گرایی و حفظ داشته‌ها» را شامل می‌شود.

مضمون «استشمام بوی زوال» بیانگر حالاتی است که اغلب سالمندان موردپژوهش، به عنوان اولین نشانه‌های پیرشدن خود عنوان کردند. گرچه بر اساس تعریف، پیری یعنی تغییرات ساختاری و عملکردی‌ای که در گذر زمان ایجاد می‌شود و به علت بیماری یا حادثه نیست [۱۵]؛ اما سالمندان در مطالعه ما، درد و بیماری را به همراه افت توانایی‌ها، به عنوان مشخصه‌های آغازین پیری معرفی کردند. وجود دردی مزمن و اغلب بدون علت نامشخص و یا بروز نوعی بیماری که همراه با مشکلات باعث

14. Shin

15. Disengagement Theory Commings & Henry

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناسی سالمندان شرکت‌کننده در تحقیق

شماره	جنسیت	سن	وضعیت تأهل	شغل	تحصیلات	محل سکونت
۱	زن	۹۲	بیوه	خانه‌دار	خواندن و نوشتن	مشهد
۲	مرد	۷۶	متاهل	خیاط	خواندن و نوشتن	گناباد
۳	مرد	۸۳	متاهل	بازنشسته (کفاش)	ابتدایی	گناباد
۴	مرد	۷۶	متاهل	مغازه‌دار	فوق دیپلم	گناباد
۵	زن	۸۵	بیوه	خانه‌دار	ابتدایی	گناباد
۶	زن	۷۶	بیوه	خانه‌دار	خواندن و نوشتن	گناباد
۷	زن	۷۶	بیوه	بازنشسته	لیسانس	گناباد
۸	مرد	۶۵	متاهل	بازنشسته	دکتر	تهران
۹	زن	۷۵	بیوه	خانه‌دار	ابتدایی	تهران
۱۰	مرد	۶۶	متاهل	بازنشسته	فوق دیپلم	گناباد

جدول ۲. مضامین اصلی ظهوریافته و زیرمضامین مربوط به آن‌ها

مضمون اصلی	زیرمضمون
استشمام بوی زوال	رنج ماندگار سراشیمی پیری
غوطه‌وری در گرداب افکار	دغدغه‌های فکری بازاندیشی گذشته
عمیق شدن گرایشات معنوی	خداجویی بخشش (احسان) کردن
آرزوی عاقبت‌به‌خیری	آرزوی مرگ با عزت آرزوی نیک‌نامی
وقار ازدست‌رفته	داغ پیری استقلال مخدوش شده رانده شدن به حاشیه
تعالی‌گرایی	رشدیافتگی پذیرش واقعیت هستی و مرگ
حفظ داشته‌ها	مدیریت سلامت باقی‌مانده احتیاط‌تر شدن

سالمند

روی می‌آورند [۱۹، ۱۸].

بیشتری به عبادت‌کردن اختصاص می‌دهند. برای سایر افراد نیز پیری فرصتی را فراهم می‌کند که مذهبی شوند و تطابق بهتری با پیری پیدا کنند [۲۳، ۹، ۳]. همچنین مشاهده شده خیرخواهی با بالارفتن سن بیشتر می‌شود [۲۴].

آرزوی عاقبت‌به‌خیری به معنای داشتن مرگ با عزت یعنی مرگی که حرمت سالمند تا آخرین لحظه حفظ شود و نیک‌فرجام بودن حتی پس از مرگ و مردن، یکی دیگر از مضامین مشترک و مهم در سالمندان این مطالعه بود. بی‌شک حفظ حرمت و احترام در تمامی لحظات زندگی از خواسته‌های همه افراد و تأمین‌کننده سلامت روان آنان است. به نظر می‌رسد در فرهنگ ایرانی واژه عاقبت‌به‌خیری مفهومی مشخص و معین دارد؛ چراکه هر سالمندی با شنیدن این واژه و گفتن آن، معنای مرگ بدون مزاحمت و سر انجام خوب داشتن را بیان کرد. در مطالعات دیگر به این مفهوم به اشکال دیگری همچون آرزوی مرگ‌کردن در صورت وابستگی و بیماری و نیز تمایل به پایداری نام پس از مرگ اشاره شده است [۸].

مضمون دیگری که سالمندان در این مطالعه به آن اشاره کردند «وقار ازدست‌رفته» بود. سالمندان به احساس ناراحتی از علایم ظاهری پیرشدن (چین و چروک صورت، ظاهر خمیده

همچنین در نظریه مراحل روانی - اجتماعی اریکسون، در مرحله سالمندی که تکلیف اصلی آن یکپارچگی در مقابل ناامیدی^{۱۶} است، بازاندیشی به گذشته این‌گونه توجیه می‌شود که در این مرحله سنی، افراد به گذشته برمی‌گردند و با مرور آن، اگر آن را ارزشمند احساس کنند و بتوانند بین خشنودی‌ها و پشیمانی‌ها سازش ایجاد و معنایی برای زندگی خود پیدا کنند، دچار ناامیدی نمی‌شوند [۲۰، ۱۹].

عمیق‌شدن گرایشات معنوی از مضمون‌هایی بود که در این مطالعه پدیدار گشت. سالمندان با توکل به خدا، توجه به فرایض مذهبی (خداجویی) و خیرخواهی برای دیگران و کمک به نیازمندان (بخشش)، به سطحی عمیق‌تر از معنویات دست می‌یابند که دست‌مایه آرامش و اطمینان‌بخشی در زندگی آنان می‌شود. تمایل به معنویت در بزرگسالی افزایش می‌یابد و مداخلات معنوی به عنوان روشی که به کاهش استرس و اضطراب مرگ کمک می‌کنند، کاربرد بیشتری می‌یابند؛ همچنین مراسم مذهبی مثل نماز و دعا به کم‌کردن استرس‌های روزمره زندگی فرد کمک می‌کند [۲۲، ۲۱]. افراد مذهبی، در پیری زمان

16. Integrity versus Despair

و ترس می‌شود. درحقیقت سالمندان با درک تنهایی خود، کنار گذاشته‌شدن و رانده‌شدن به حاشیه را تجربه می‌کردند و این حس یا حس اینکه به فراموشی سپرده شوند، با احساس ناراحتی بسیار در آنان همراه بود. این موضوع در اکثر مطالعات یکی از عوامل منتج به واکنش‌های منفی در سالمندان عنوان شده است [۳۲، ۳۳] و در برخی از مطالعات نیز به نتایج مثبت ناشی از تنهایی اشاره شده است [۱۶، ۳۱].

در ارتباط با مضمون «تعالی‌گرایی»، سالمندان ایرانی تجربه تکامل‌یافتگی را با تغییر نقش، رشدیافتگی و پذیرش پیری به عنوان دوره‌ای از زندگی همراه با درک حضور مرگ در زندگی و نزدیک‌شدن زمان آن بیان کردند. قسمتی از تجربه مشترک و یکسان سالمندان جوامع مختلف از درک پیری، رشدیافتگی و تکامل یافتن است. در پژوهش (کالد^{۱۸}، ۲۰۰۷)، یکی از تجارب سالمندان در این زمینه احساس پختگی، عاقل‌ترشدن و آگاهی‌یافتن بود [۳۱]. همچنین در پژوهش (ستورینگ^{۱۹}، ۲۰۰۱) سه دیدگاه مختلف در ارتباط با تجربه پیری معرفی شد که یکی از آن دیدگاه‌ها «ادامه رشد و تکامل فردی» در پیری بود [۳۴].

احساس ادامه سیر تکامل در پیری و تعالی‌گرایی از تجربیات مهمی است که نه تنها در تحقیقات کیفی به آن اشاره شده، بلکه در بسیاری از ابزارهایی که به صورت کمی برای سنجش وضعیت ادراک از پیری به کار می‌روند نیز مورد توجه قرار گرفته است [۶، ۱۰].

تغییر نقش‌های فرد در سالمندی نیز از مواردی بود که در پیدایش احساس ارزشمندی و تعالی در پیری نقش داشت؛ نقش‌هایی که مختص سالمندی بود و پذیرش آن‌ها حس بزرگی و ارزشمندی را در سالمندان برمی‌انگیخت؛ مانند نقش پدر بزرگی و مادر بزرگی، بزرگ خانواده بودن و غیره.

در مطالعه سیلوا^{۲۰} (۲۰۰۹) که تجربه پیری را با مطالعه‌ای کیفی از نوع پدیدارشناسی توصیفی با ۱۷ سالمند ۶۱ تا ۷۸ ساله برزیلی انجام داد، سالمندان پیری را «سال‌های طلایی» دانسته‌اند و در تجارب خود از زیبایی نقش پدر بزرگ و مادر بزرگی، بازی با نوه‌ها، فراقیت از نقش‌های تنش‌زا و رهایی از دغدغه‌های معمول زندگی سخن گفتند [۹].

آخرین مضمون و نه کم‌اهمیت‌ترین آن «حفظ داشته‌ها» است. حفظ داشته‌ها با مدیریت و خودمراقبتی و برنامه‌ریزی برای نگهداری و کنترل محیط زندگی، بخشی از ادراک پیری سالمندان این پژوهش بود. درحقیقت سالمندان با اعتقاد به اینکه قسمتی از کیفیت زندگی در سالمندی به حفظ وضعیت سلامتی

و کندشدن) و حتی انزجار از شنیدن واژه پیری اشاره می‌کنند و در ادامه به رنج‌هایی که به واسطه پیربودن از نگرش منفی دیگران تجربه کرده‌اند مثل بی‌احترامی دیدن، مورد بی‌توجهی و غفلت قرارگرفتن، احساس عدم پذیرش و احساس ناراحتی از نگاه تحقیرآمیز دیگران اشاره می‌کنند. بخشی از ادراک از پیری به واکنش‌هایی که دیگران در قبال این پدیده دارند، مرتبط می‌شود [۲۶، ۲۵، ۱۱]؛ یعنی آنچه دیگران در قبال پیری فرد انجام می‌دهند و درکی که فرد از این واکنش‌ها دارد. در متون جامعه‌شناسی پیری و مطالعات وابسته به آن، اشاره شده به اینکه تصور افراد از پیری در طول تاریخ از یک دیدگاه مثبت (ارزشمندبودن پیری، احترام به تجربه و ریش‌سفیدی) به سوی دیدگاه منفی (سرباربودن، هزینه‌بر بودن و بی‌ارزشی) در حرکت است [۲۸، ۲۷، ۲۵، ۲۳، ۶]. برخی مطالعات نشان می‌دهند که کلیشه‌های منفی پیری اغلب به دو حیطه ذهنی و فیزیکی مربوط می‌شوند و در کشورهای غربی رواج بیشتری دارند [۲۹]. اما مطالعات در فرهنگ‌های آسیایی نشان داد با وجود اینکه اغلب افراد سالمند از پیری گریزان‌اند، اما در تلاش‌اند تا پیری را به عنوان بخشی از زندگی پذیرفته و برای شادی و خوشبختی خود و خانواده تلاش می‌کنند [۲۴، ۸]. یک متاآنالیز درباره کلیشه‌های مثبت و منفی پیری نشان داد تأثیر کلیشه‌های منفی سه برابر کلیشه‌های مثبت است [۳۰].

در مضمون استقلال مخدوش‌شده، آنچه پدیدار شد این بود که علی‌رغم داشتن محدودیت‌های عملکردی مربوط به سن، انجام وظایف و امور روزانه در دوران سالمندی برای سالمند ایرانی دارای اهمیت است. توانایی حفظ استقلال و عدم وابستگی برای سالمندان به قدری اهمیت داشت که اکثر آن‌ها مرگ را به وابستگی و به اصطلاح خودشان «دست‌نگرشدن» ترجیح می‌دادند.

در مطالعات مربوط به علم سالمندشناسی، استقلال علاوه بر داشتن عملکرد فیزیکی کافی و انجام مستقل فعالیت‌های روزمره، جنبه‌های وسیع‌تر روحی و ابعاد دیگر زندگی مثل اقتصاد، سیاست و غیره را نیز شامل می‌شود [۱۶]. در اکثر مقالاتی که در خصوص درک از پیری منتشر شده نیز رد پای استقلال و عدم تمایل به وابستگی در سخنان سالمندان مشاهده می‌شود [۳۱، ۱۶]. در مطالعه (سیوواد^{۲۱}، ۲۰۰۹) با عنوان «نگرش به سالمندی»، بدترین قسمت پیری نیازمند کمک دیگران بودن و کاهش عملکرد فیزیکی عنوان شده است [۳۲].

تنهاماندن یا تنهاشدن از بُعد فیزیکی و به دنبال آن احساس تنهایی از مضامینی است که در تجربه سالمندان به آن اشاره شده و تجربه فردی ناخوشایند، منفی، عذاب‌آور، سخت و دردناکی است که سبب ایجاد احساس ناامیدی، افسردگی، بی‌فایده بودن

18. caldas

19. steverink

20. Silva

17. Sijuwade

حامی مالی

این پژوهش هیچگونه کمک مالی از سازمانهای دولتی، خصوصی و غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در آماده‌سازی این مقاله مشارکت داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

و خودمراقبتی مرتبط می‌شود، سعی در بهبود شرایط خود در این مرحله داشتند. مطالعات مختلفی نشان داده است که رفتارهای خودمراقبتی و توسعه‌دهنده سلامتی در افرادی که ادراک مثبتی از پیری و آگاهی بیشتری از شرایط خود دارند، بیشتر مشاهده می‌شود [۳۵-۳۷].

نتیجه‌گیری نهایی

درک از پیری از دیدگاه سالمندان که تجربه‌کنندگان بی‌واسطه این مفهوم هستند، معنا و مفهوم سالمندی و عوامل تشکیل‌دهنده آن را، صریح‌تر و کامل‌تر و شفاف‌تر توصیف می‌کند.

سالمندان مشارکت‌کننده طلیعه پیری را با درد و رنج فیزیکی و افت توانایی‌های خود تجربه کرده و با گذشت زمان ابعاد مثبت و منفی پدیده پیری را لمس کردند. از یک‌سو، با گذشته خود کلنجار می‌رفتند و از سوی دیگر از آنچه پیش‌رو داشتند می‌هراسیدند. می‌کوشیدند تا با حفظ آنچه دارند از خود محافظت کنند. اما پیری برایشان برکاتی نیز در پی داشت که از آن غافل نبودند؛ تجارب تازه شیرینی چون داشتن نوه یا خانواده و نیز احساس پختگی و کامل‌تر شدن.

آنان با روی‌آوری به معنویت می‌کوشیدند تا آرامشی دوباره بیابند و توشه‌ای برای آخرتشان فراهم کنند. آرزوی آنان تنها مرگی آرام و بی‌دغدغه و به جای گذاشتن نامی نیک و خاطراتی خوش بود؛ زیرا پیری را به عنوان آخرین مرحله زندگی این دنیایی خود پذیرفته بودند و مرگ را واقعیتی انکارناپذیر می‌دانستند که سرانجام هر بشری است. گرچه این ادراک قابل‌تعمیم به کل جامعه سالمندان نیست، اما می‌تواند چشم‌اندازی از پیری را در برابر دیدگان سالمندان، مراقبین و کارکنان بهداشتی بگستراند و ارتباط سالمندان را با جامعه بهبود بخشد. چنین بصیرتی می‌تواند چراغ راهی باشد برای برنامه‌ریزی‌های شایسته‌تر، خدمات بهتر و همدلی بیشتر با سالمندان.

این پژوهش به روش کیفی انجام شد و نتایج مطالعات کیفی قابل‌تعمیم نیست. علی‌رغم تلاش پژوهشگر برای در نظر گرفتن نمونه‌ای با حداکثر تنوع، یکی از محدودیت‌های این مطالعه عدم دسترسی به سالمندان با تنوع بیشتر فرهنگی و اجتماعی بود.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

این مطالعه در کمیته اخلاق دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران تصویب شد. سالمندان فرم رضایت آگاهانه جهت شرکت در مطالعه را امضا کردند و در صورتی که در جریان مصاحبه و یا بعد از آن تمایل به انصراف از پژوهش داشتند، از مطالعه خارج می‌شدند. اصل محرمانه‌ماندن اطلاعات سالمند به طور کامل رعایت شد.

References

- [1] Fathi E, Sarkhayl B. Outlook on aging in world and iran. *Journal of Statistic*. 2013; 7(1):23-6.
- [2] Kiani Sh, Bayanzadeh M, Tavallae M, Hogg RS. The Iranian population is graying: Are we ready? *Archives of Iranian Medicine*. 2010; 13(4):333-9. <https://www.researchgate.net/publication/45088810>
- [3] de Freitas MC, Queiroz TA, de Sousa JAV. The meaning of old age and the aging experience of in the elderly. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*. 2010; 44(2):403-8. [DOI:10.1590/S0080-62342010000200024] [PMID]
- [4] Demakakos P, Hacker E, Gjonca E. Perceptions of ageing. In: Banks J, Breeze E, Cheshire H, Cox K, Demakakos P, Emmerson C, et al. *Retirement, Health and Relationships of the Older Population in England*. Banks J, Breeze E, Lessof C, Nazroo J, editors. London: The Institute for Fiscal Studies; 2006. https://www.ifs.org.uk/elsa/report06/elsa_w2.pdf
- [5] Sargent-Cox KA, Anstey KJ, Luszcz MA. Longitudinal change of self-perceptions of aging and mortality. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. 2014; 69(2):168-73. [DOI:10.1093/geronb/gbt005] [PMID] [PMCID]
- [6] Westerhof GJ, Whitbourne SK, Freeman GP. The aging self in a cultural context: The relation of conceptions of aging to identity processes and self-esteem in the United States and the Netherlands. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. 2012; 67(1):52-60. [DOI:10.1093/geronb/gbr075] [PMID]
- [7] Thorpe AM. Attitudes to ageing: Relationships with health and health behaviours in midlife [PhD dissertation]. Dunedin: University of Otago; 2015. <https://ourarchive.otago.ac.nz/handle/10523/5526>
- [8] Shin KR, Kim MY, Kim YH. Study on the lived experience of aging. *Nursing & Health Sciences*. 2003; 5(4):245-52. [DOI:10.1046/j.1442-2018.2003.00161.x] [PMID]
- [9] da Graça da Silva M, Boemer MR. The experience of aging: A phenomenological perspective. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2009; 17(3):380-6. [DOI:10.1590/S0104-11692009000300016] [PMID]
- [10] Barker M, O'Hanlon A, McGee HM, Hickey A, Conroy RM. Cross-sectional validation of the Aging Perceptions Questionnaire: A multidimensional instrument for assessing self-perceptions of aging. *BMC Geriatrics*. 2007; 7:9. [DOI:10.1186/1471-2318-7-9] [PMID] [PMCID]
- [11] Muisaiger AO, D'Souza R. Role of age and gender in the perception of aging: A community-based survey in Kuwait. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 2009; 48(1):50-7. [DOI:10.1016/j.archger.2007.10.002] [PMID]
- [12] van Manen M. *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy*. Abingdon Routledge; 2016. <https://books.google.com/books?id=IbhmDAAAQBAJ&dq>
- [13] Van Manen M. *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy*. Albany: SUNY Press; 1990. <https://books.google.com/books?id=ub9GAAAQBAJ&dq>
- [14] Speziale HS, Streubert HJ, Carpenter DR. *Qualitative research in nursing: Advancing the humanistic imperative*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2011. <https://books.google.com/books?id=xNByh3B1Wt0C&dq>
- [15] Darvishpoor Kakhki A, Abed Saeedi J, Delavar A, Saeed-O-Zakerin M. [Tools for measurement of health status and quality of life of elderly people (Persian)]. *Research in Medicine*. 2010; 33(3):162-73. <http://pejouhesh.sbm.ac.ir/article-1-663-en.html>
- [16] Petry H. Aging happens: Experiences of Swiss women living alone. *Journal of Women & Aging*. 2003; 15(4):51-68. [DOI:10.1300/J074v15n04_05] [PMID]
- [17] Arpanantikul M. Midlife experiences of Thai women. *Journal of Advanced Nursing*. 2004; 47(1):49-56. [DOI:10.1111/j.1365-2648.2004.03064.x] [PMID]
- [18] Ameri GF, Govari F, Nazari T, Rashidinejad M, Afsharzadeh P. [The adult age theories and definitions (Persian)]. *Journal of Hayat*. 2002; 8(1):4-13. <http://hayat.tums.ac.ir/article-1-307-en.html>
- [19] Philip Rice F. *Human development: A life-span approach*. Upper Saddle River: Prentice Hall; 1998. <https://books.google.com/books?id=ogYAAAAMAAJ&q>
- [20] de Beauvoir S. *Old age*. London: Penguin Books; 1977. <https://books.google.com/books?id=3r4gAQAAMAAJ&dq>
- [21] Moberg DO. Research in spirituality, religion, and aging. *Journal of Gerontological Social Work*. 2005; 45(1-2):11-40. [DOI:10.1300/J083v45n01_02] [PMID]
- [22] Meisenhelder JB, Chandler EN. Spirituality and health outcomes in the elderly. *Journal of Religion and Health*. 2002; 41(3):243-52. [DOI:10.1023/A:1020236903663]
- [23] Sijuwade PO. Attitudes towards old age: A study of the self-image of aged. *Studies on Home and Community Science*. 2009; 3(1):1-5. [DOI:10.1080/09737189.2009.11885268]
- [24] Yun RJ, Lachman ME. Perceptions of aging in two cultures: Korean and American views on old age. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*. 2006; 21(1-2):55-70. [DOI:10.1007/s10823-006-9018-y] [PMID]
- [25] Löckenhoff CE, De Fruyt F, Terracciano A, McCrae RR, De Bolle M, Costa Jr PT, et al. Perceptions of aging across 26 cultures and their culture-level associates. *Psychology and Aging*. 2009; 24(4):941-54. [DOI:10.1037/a0016901] [PMID] [PMCID]
- [26] Mortagy AK, Fahim HI, Farid TM, Abdul Rahman EE, Abdelah AF. Self perception of community dwelling elderly toward aging in Shubra El Khima City. *The Egyptian Journal of Hospital Medicine*. 2013; 53(1):782-8. [DOI:10.12816/0001639]
- [27] Ng R, Allore HG, Trentalange M, Monin JK, Levy BR. Increasing negativity of age stereotypes across 200 years: Evidence from a database of 400 million words. *PLoS one*. 2015; 10(2):e0117086. [DOI:10.1371/journal.pone.0117086] [PMID] [PMCID]
- [28] Macia E, Lahmam A, Baali A, Boëtsch G, Chapuis-Lucciani N. Perception of age stereotypes and self-perception of aging: A comparison of French and Moroccan populations. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*. 2009; 24(4):391-410. [DOI:10.1007/s10823-009-9103-0] [PMID]
- [29] Levy BR, Banaji MR. Implicit ageism. In: Nelson TD, editor. *Ageism: Stereotyping and Prejudice Against Older Persons*. Cambridge, MA: MIT Press; 2002. <https://books.google.com/books?id=UvxEoFQ0LYwC&dq>
- [30] Meisner BA. A meta-analysis of positive and negative age stereotype priming effects on behavior among older adults. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and*

- Social Sciences. 2012; 67B(1):13-7. [DOI:10.1093/geronb/gbr062] [PMID]
- [31] Caldas CP, Berterö CM. Living as an oldest old in Rio de Janeiro: the lived experience told. *Nursing Science Quarterly*. 2007; 20(4):376-82. [DOI:10.1177/0894318407306542] [PMID]
- [32] Heravi Karimooi M, Anoosheh M, Foroughan M, Sheykhi MT, Hajizadeh E. Understanding loneliness in the lived experiences of Iranian elders. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*. 2010; 24(2):274-80. [DOI:10.1111/j.1471-6712.2009.00717.x] [PMID]
- [33] Heinrich LM, Gullone E. The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*. 2006; 26(6):695-718. [DOI:10.1016/j.cpr.2006.04.002] [PMID]
- [34] Steverink N, Westerhof GJ, Bode C, Dittmann-Kohli F. The personal experience of aging, individual resources, and subjective well-being. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. 2001; 56(6):P364-P73. [DOI:10.1093/geronb/56.6.P364] [PMID]
- [35] Meisner BA, Baker J. An exploratory analysis of aging expectations and health care behavior among aging adults. *Psychology and Aging*. 2013; 28(1):99. [DOI:10.1037/a0029295] [PMID]
- [36] Levy BR, Myers LM. Preventive health behaviors influenced by self-perceptions of aging. *Preventive Medicine*. 2004; 39(3):625-9. [DOI:10.1016/j.ypmed.2004.02.029] [PMID]
- [37] Levy B. Stereotype embodiment a psychosocial approach to aging. *Current Directions in Psychological Science*. 2009; 18(6):332-6. [DOI:10.1111/j.1467-8721.2009.01662.x] [PMID] [PMCID]

This Page Intentionally Left Blank
